

## الأسرة وثقافة الغذاء الصحي للمتمدرس

## The Family And The Healthy Food Culture For The Pupil

زهور معزوز<sup>1</sup> أ.د اسمهان بوشياخي<sup>2</sup><sup>1</sup> مخبر تطور، حضارة وسياسة، جامعة وهران 2 محمد بن أحمد (الجزائر)

mazouz.zohor@univ-oran2.dz

<sup>2</sup> جامعة وهران 2 محمد بن أحمد (الجزائر)، ismahane\_61@hotmail.fr

تاريخ النشر: 2023/06/17

تاريخ القبول: 2023/06/13

تاريخ الاستلام: 2023/03/13

## ملخص:

تهدف هذه الدراسة إلى تبيان أثر المستوى التعليمي و الدخل الشهري للوالدين في توفير الوجبات الغذائية اليومية المتكاملة، المتنوعة للحفاظ على صحة الطفل ونموه السليم، مع توضيح الدور المكمل للوجبة الغذائية المدرسية المتوازنة والغنية في منحها الطاقة، النشاط ووقايتها من الأمراض المتعددة، باعتبارها احد العوامل الإستراتيجية الجديدة التي تستند عليها المنظومة التربوية الجزائرية لتحسين التحصيل الدراسي ورفع المردود العلمي، حيث توصلت الدراسة إلى التكامل الوظيفي الحاصل بين المؤسسات الاجتماعية (الأسرة، المدرسة) الذي ينعكس بدوره على النسق التربوي وجودة التعليم. كلمات مفتاحية: الغذاء المتوازن، الأسرة، المدرسة، الصحة، التحصيل الدراسي.

## Abstract:

This study aims to demonstrate the impact of the educational level and monthly income of parents on providing diverse complete daily meals to maintain the child's health and development. It also aims to clarify the complementary role of balanced and rich school meals in giving him energy and vitality, and preventing multiple diseases, as one of the new strategic factors underlying the Algerian educational system to improve educational achievement and raise educational feedback. The study concluded the functional integration between the two social institutions (family, school) which in turn reflects on the educational pattern and quality of education.

**Keywords:** balanced food; family; school; health; educational attainment.

## 1. مقدمة :

يعتبر الغذاء أولى الحاجيات البيولوجية للإنسان، فاختياره يعتمد في قيمته الغذائية التي تعمل على الوقاية و الصحة، وهذا انطلاقاً من مقاييس و معايير محددة متفق عليها سلفاً منها ما هو مستنبط من النصوص الدينية الإسلامية كونها أفضل مرجعية للبشرية في تسيير وتنظيم حياتهم (طريقة كسبه)، فجاء على لسان الصحابي معاذ بن جبل رضي الله عنه "إني لأحتسب أكلتي و شربتي كما احتسب نومتي و قومتي"، و التي تركز أيضاً على التغذية السليمة المتوازنة والاعتدال في الأكل كما ونوعاً (نفع البدن)، فقال عز وجل في ذلك بعد بِسْمِ اللَّهِ الرَّؤُوفِ الرَّحِيمِ " واكلوا واشربوا ولا تسرفوا إنه لا يحب المسرفين " صدق الله العظيم (سورة الاعراف الاية 31، صفحة 31)، كما أعطت أهمية كبيرة للزراعة كونها أساس الاقتصاد المحلي و الوطني وضامن فعال في تأمين الغذاء، مشيرة إلى الأغذية النافعة لجسم الإنسان لاحتوائها للعناصر الغذائية العالية لبقائه ومن بينها: اللحوم، الخضر والفواكه، الحليب، اللبن، العسل، الرمان، التمر (الرطب أو البلح)، التين، الزيتون، الموز (الطلع)، السمك، العدس... حيث قال ابن القيم في هذا الصدد مراتب الغذاء "ثلاثة: مرتبة الحاجة، الكفاية، ومرتبة الفضيلة."

كما نجد إسهامات أخرى متعددة للمهتمين باحتياجات البشرية ما تطرق إليه ماسلو في سلم الحاجات و الدوافع لإشباع الحاجات البيولوجية والغريزة الفطرية التي تشكل القاعدة العريضة في هرمه، بالإضافة إلى إنجاز نظرية التغذية الكافية الذي تحدث عنها الأكاديمي اوجوليف ألكسندر ميخائيلوفيتش الذي يعطي مكانة قيّمة للغذاء المتوازن وكيفية الانتفاع منه، وفي نفس السياق قد نجد نتائج الأبحاث دلت على وجود أمراض متعددة في المجتمعات المختلفة جراء سوء التغذية الذي هو في انتشار مستمر إذ بلغت نسبته في سنة 2019 ب 8,4 % و سنة 2020 ب 9,9 % حسب بيانات الأمم المتحدة، وعلى حسب تقرير الفاو أن 38 مليون طفل عان الجوع في سنة 2016 أكثر من سنة 2015، كما يكافح حوالي 815 مليون من اجل الحصول على الغذاء و مهددين لخطر المجاعة سنويا (غريب و نوي، 2020، صفحة 79)، و المجتمعات النامية معرضة أكثر لخطر سوء التغذية حيث 20 % يعانون

نتيجة البيئة الغير صحية و 60% يعانون من عدم الاتزان في العناصر الغذائية (فهيم بن خيال و اخرون، 2006، صفحة 87)، كما يعاني البعض الآخر من مرض زيادة الوزن و السممة المفرطة التي تؤدي بهم إلى أمراض أكثر خطورة، بلغ معدلها في سنة 2020 حوالي 20 مليون طفل في العالم من بينهم أطفال المدارس الابتدائية (من 06 إلى 11 سنة)، أي بنسبة 17% من الأطفال المنتمين إلى الدول النامية، وترتفع نسبة البنات أكثر من البنون (البنات 53 %، البنون 26,1 %)، وأن 92 مليون طفل معرضون للسممة (مصيفر، 2015، صفحة 90)، هذه الأمراض التي يمكن ان تعرقل مساهمهم الدراسي كما تدفع بهم إلى الإخفاق المدرسي، حيث قدرت نسبة الرسوب المدرسي لكلا الجنسين بالجزائر وبولاية معسكر بالتحديد في الموسم الدراسي 2016 - 2017 للمرحلة الابتدائية ولأثياب 7724 تلميذ بنسبة 7,33 %، أما التسرب المدرسي فقد قدر ب 214 تلميذ بنسبة 0,20 %، بلدية معسكر وحدها 869 تلميذ بنسبة 5,71 % من الراسبين بنفس الموسم الدراسي و المتسربين عن الدراسة بلغ عددهم ب 11 تلميذ أي بنسبة 0,07 %، في الموسم الدراسي 2020/2021 فقد قدر عدد المعيدين ولأثياب: 11464 تلميذ بنسبة 9,43 % و المتخلين عن الدراسة ب 155 تلميذ بنسبة 0,13 % أما على مستوى بلدية معسكر فقد قدر عدد المعيدين ب 1124 تلميذ بنسبة 6,88 % و عدد المتخلين عن الدراسة ب 31 تلميذ بنسبة 0,19 % (تصاعد مستمر)، هذه الإحصائيات تنبئ بالخطر وبالخصوص على الطفل المتمدرس، لذلك لجأت المنظومة التربوية إلى إستراتيجيات بديلة و أعطت اهتمام للتغذية المدرسية التي تزيد من نشاطه وتحفزه على مواصلة الدراسة كما تقيه من الأمراض ، أشارت إحصائيات المفتشية الولائية للتغذية المدرسية بولاية معسكر للموسم الدراسي 2019/2020 من استفادت 05 مدارس ابتدائية لبلدية معسكر من وجبة باردة بنسبة 8,92 %، في المقابل 20 مدرسة استفادت من وجبة ساخنة من مجموع 56 مدرسة ابتدائية اي بحوالي 35,71 %، أما في الموسم الدراسي 2020/2021 و 2021/2022 تمّ إحصاء 31 مدرسة تقدم الوجبة الساخنة بنسبة 53,44 % و الباقي 27 مدرسة لا تقدم اي نوع من الوجبات وقدرت نسبتها ب 46,55 % من مجموع 58 مدرسة ابتدائية (التخلي عن الوجبة الباردة).

ثقافة الغذاء الصحي يعتمد بالدرجة الأولى على وظيفة الأسرة و اكتسابها لهذا النوع من الثقافات في توفير وجبة تعمل على تحقيق النمو السليم للطفل عقليا ، جسديا ، نفسيا ومنح الطاقة له من أجل التركيز و الاستيعاب، وصولا إلى المدرسة باعتبارها صورة مصغرة عن المجتمع فهي تعكس ثقافته المحلية و تزيد من تنمية قدراته العقلية ، كما تعمل على التقليل من نسبة الإصابة من الأمراض ، والعمل على تحسين ظروفهم للتعلم ، وذلك وفق توصيات الهيئات والمنظمات الدولية العالمية كإدارة الطفولة UNICEF، التغذية والزراعة FAO و البرنامج الغذائي PAM و منظمة الأمم المتحدة للتغذية والثقافة، وعلى هذا الأساس نبني تساؤلنا التالي :

ما هي العوامل التي تساهم في توفير وجبة غذائية متكاملة و ذات قيمة غذائية متوازنة ؟

### الفرضيات:

-المستوى التعليمي للوالدين يلعب دورا في انتقاء الوجبات الغذائية السليمة و المتوازنة للمتمدرس.

-الدخل الشهري للأسرة والمستوى المعيشي يساعدان في اعتماد نظام غذائي صحي و متميز.

-الوجبات الغذائية التي تتكفل بها المدرسة تنوب عن القصور الغذائي الذي يسبب سوء التغذية للمتمدرس .

### 1-1 تحديد المفاهيم الإجرائية :

- الغذاء المتوازن: هو وجبة غذائية صحية تمتاز بالتنوع في احتوائها على كافة العناصر الغذائية وبكميات محددة ، تلبية لحاجيات الطفل الأساسية اليومية .

- المطعم المدرسي: هو فضاء اجتماعي في الوسط التربوي التعليمي، يقدم للتلاميذ الوجبات الساخنة في الحالات العادية وفق الشروط الصحية المطلوبة، يكون في شكله النمطي وغير النمطي و بصفة مجانية .

- الثقافة الغذائية: انها طريقة يتوارثها الاجيال عن أسرهم من خلال عملية التنشئة الإجتماعية، أين يتم زرع وغرس أفكار عن الغذاء وكيفية اختياره ومقدار تناوله، ومدى تناسبه مع كل مرحلة عمرية.

- الصحة: انطلاقاً من تعريف هيئة الصحة العالمية تعرف على انها " حالة السلامة والكفاية البدنية والنفسية والاجتماعية الكاملة، وليست مجرد الخلو من المرض والعجز" (القص، 2016/2015، صفحة 112)، إذن هي تحقيق حالة من التوازن والاعتدال للإنسان منعا للأمراض والاضطرابات، وقيام الأعضاء بوظائفها للنمو ومواصلة الحياة.

-التحصيل الدراسي: هي عملية تقاس بها درجة اكتساب المتعلم للمعارف، وتكون عن طريق التقويم المستمر او التقييم، شفاهة أو كتابة، فصليا أو سنويا، أي هو العلامة الفاصلة التي تحدد مساره للرسوب أو التفوق.

### 2-1 الدراسات السابقة:

حاولنا اختيار بعض الدراسات السابقة وهي كالآتي:

-دراسة الباحثين حسين غريب، أحمد نوي (2020) بعنوان: دور المطعم المدرسي في الحد من ظاهرتي التغيب والتسرب المدرسي دراسة استكشافية ببعض مدارس بلدية عين الريش المسيلة توصلت الدراسة على أنّ المطعم المدرسي لا يساهم بحد كبير في الحد من ظاهرة التسرب المدرسي في المناطق الريفية لكن يساهم بطريقة فعالة في الحد من ظاهرة التغيب في مرحلة التعليم الابتدائي ، وأرجع أن هنالك عدة عوامل مسببة للتسرب المدرسي وهي: الظروف الاجتماعية و الاقتصادية (الترحال بسبب الرعي و الفلاحة الموسمية) ، حرمان البنات لمواصلة الدراسة بالرغم من نجاحها في شهادة التعليم الابتدائي ( العادات و التقاليد) ، زعزعة ثقة التلميذ بسبب الرسوب المستمر الذي يدفعه إلى التسرب ، والتفكك الأسري ، وفي الأخير الظرف الصحي الذي يمنع التلميذ من مواصلة الدراسة .

-دراسة الباحثة مرياح فاطمة الزهراء (2017) بعنوان : التوازن الغذائي وعلاقته بقدرة المتمدرس دراسة ميدانية بحاسي بونيف بوهران على عينة 70 تلميذ إذ قسمت العينة إلى قسمين: 36 تلميذ بمدرسة ربيحي جيلالي مدرسة بها مطعم مدرسي ، والقسم الثاني بمدرسة ذكور 1 تتكون من 34 تلميذ مدرسة لا توفر وجبة غذائية مدرسية، توصلت الباحثة أن الغذاء المتوازن كما و نوعا يوفر القيمة الغذائية اللازمة من خلالها يستطيع الطفل التمتع بصحة جيدة ولياقة بدنية ،تركيز و انتباه، أما المدرسة التي لا توفر وجبة غذائية يفقد

التلاميذ التركيز مع شعورهم بالجوع والتعب والإرهاق أو فرط النشاط الذي يؤدي إلى العنف والعوانية (عدم الانتباه يقلل التركيز والتحصيل الدراسي)، مع وجود علاقة إرتباطية عكسية بين سوء التغذية والتحصيل الدراسي أي كلما زادت نسبة سوء التغذية ضعف التحصيل الدراسي إذ 8,57% من الأطفال الذين يعانون من سوء التغذية تحصيلهم ضعيف مقارنة مع 65,71% الذين يتلقون غذاء متوازن كان تحصيلهم العلمي ممتاز.

- دراسة الهيئة الوطنية لترقية الصحة و تطوير البحث العلمي فورام 2011: بينت نتائج الدراسة التي أجريت على 1500 طفل موزعين عبر القطر الوطني، أن الطفل الجزائري يتناول حوالي 18 غرام يوميا من البروتينات في حين يستهلك الطفل الأوروبي حوالي 80 غرام يوميا، هذا إن دلّ فإنما يدل على وجود اختلاف وفرق واضح في الوزن والطول فيما بينهما، كما بينت الإحصائيات أنّ حوالي 45% من الأطفال يبعد وزنهم عن الوزن العالمي، ويعاني 53% من قصر القامة، و 33% من النحافة، و 50% من أطفال الجزائر يعانون من سوء التغذية.

-دراسة الباحثة سوزان محمد صابر الزلاقي، مارية طالب سالم الزهراني (2005) بعنوان : أثر المستوى التعليمي على التفضيل والوعي التغذوي لتلاميذ المرحلة الابتدائية بالمملكة العربية السعودية توصلت الدراسة على أن الوالدين يؤثرون بطريقة مباشرة على الأبناء من خلال سلوكياتهم والعادات الغذائية التي يكتسبونها وأن ارتفاع المستوى التعليمي والاقتصادي له دور ايجابي في تغيير السلوكيات الغذائية للأبناء، بالإضافة إلى دور المدرسة في تعليم العادات الغذائية الصحية للتعريف بالاحتياجات الضرورية وبدائلها، وأهمية الغذاء على صحتهم في ظل السلوكيات والعادات الخاطئة، كما ربطت العلاقة بين السلوكيات الخاطئة والأمراض التي لها علاقة بالتغذية (زيادة الوزن، تسوس الأسنان، الحساسية)، مؤكدتان على تناول الوجبة الصحية التي تكون من ضمنها الخضر والفواكه الطازجة والحليب في المدرسة والتقليل من الأطعمة الغنية بالدهون، الملح، السكر، مشيرتان إلى أنّ الأولياء والمعلمين و الأطفال الأصحاء يعتبرون قدوة لأقرانهم مع تشجيعهم على الأكل الصحي .

2. إجراءات الدراسة الميدانية :

1.2 منهج الدراسة:

اعتمدنا في البحث على المنهج الوصفي التحليلي لوصف الواقع الذي يعترى الأسر الجزائرية، والمشاكل التي تصعب عليهم توفير وجبة غذائية كاملة ومتنوعة يوميا، مع تقديم وصف للوجبة المدرسية المبينة في المخطط الغذائي الأسبوعي بالمدارس الابتدائية، مع تحليل المعطيات والبيانات المتحصل عليها .

## 2.2 المجال الزمني والمكاني الدراسة:

أقيمت الدراسة بمديرية التربية الوطنية، المفتشية الولائية للتغذية المدرسية، بلدية معسكر وكذا بعض الأسر الجزائرية المختلفة من حيث المستوى التعليمي و الإجتماعي لجمع أكبر قدر من البيانات، وكان ذلك من شهر جويلية 2021 إلى أواخر شهر مارس 2022.

## 3.2 العينة:

تمثلت العينة في مجموعة من الأمهات اللاتي لديهن أطفال يدرسون في المرحلة الابتدائية، عينة قصدية ضمت 12 أم، مستشار واحد للتغذية المدرسية بمقاطعة معسكر، وبعض إطارات البلدية (التعرف على الغلاف المالي المخصص للمطاعم المدرسية).

## 4.2 أدوات جمع البيانات:

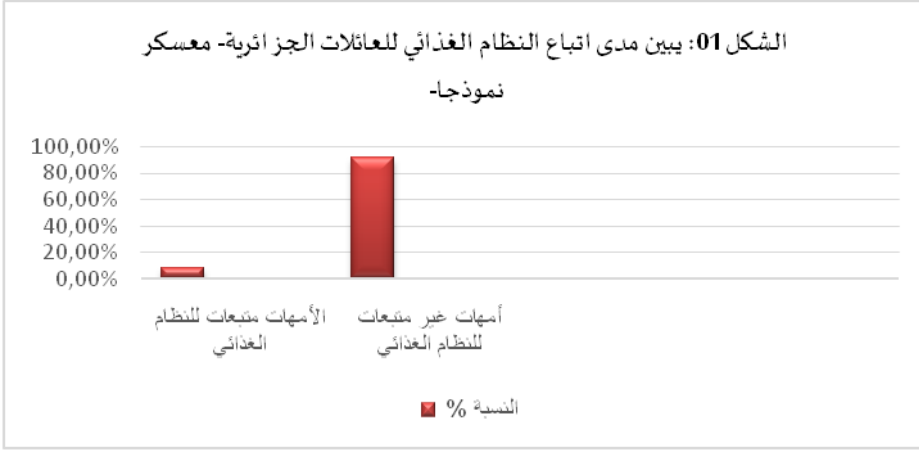
تمّ الاعتماد على أداة الملاحظة المباشرة للمبحوثات وتدوين إيماءاتهم (تحريك الرأس الدالة على الحسرة والتأسف)، وانفعالاتهم وردود أفعالهم القاسية والمعبرة عن غلاء المعيشة، وارتفاع أسعار المواد الأساسية خاصة بعد شهر ديسمبر 2021، أما تقنية المقابلة التي ارتأينا ان نخدم أداة الملاحظة و الدراسة في حد ذاتها، وتمّ اختيار نوع المقابلة النصف موجهة التي شملت 12 سؤال موجها للأمهات تضمنت كل ما يتعلق بالمتغيرات الأساسية : (المستوى التعليمي، نوع الوظيفة، الدخل الشهري، مكان الإقامة...).

## 3. عرض ومناقشة الدراسة :

1.3 تحليل الفرضية الأولى: المستوى التعليمي للوالدين يلعب دورا في انتقاء الوجبات الغذائية السليمة و المتوازنة للمتمدرس.

وتحليل الفرضية الثانية: -الدخل الشهري للأسرة والمستوى المعيشي يساعدان في اعتماد نظام غذائي صحي و متميز.

تعتبر الأسرة نواة المؤسسات الاجتماعية الرسمية وهي المسؤولة عن توفير التغذية للطفل وتنشئته وفق ثقافتها وثقافة المجتمع، فكل أسرة وطريقتهما في زرع التربية حسب قوتها المادية، الثقافية، التعليمية، هذه الثقافة يكتسبها الأطفال بالممارسة اليومية ويرثوها عن الآباء بطريقة مباشرة أو غير مباشرة، فالوجبة اليومية المنتقاة بشكل صحيح ومدروس من قبل الوالدين، تعكس وعيهم ومستواهم الدراسي، ويظهر ذلك في تمتع أطفالهم بالصحة، من خلال التناسق الفيزيولوجي، وبعد استجواب 12 أم من المبحوثات قد بينت النتائج ما يلي:

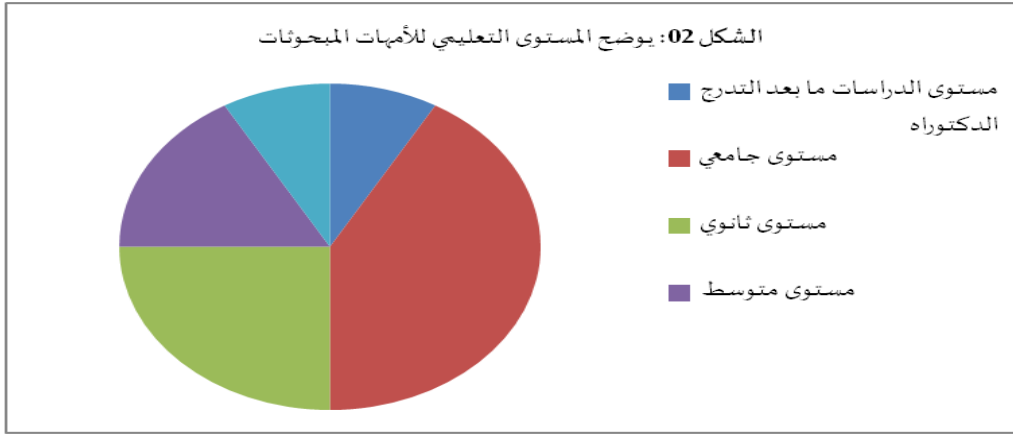


المصدر: من اعداد الباحثين.

عند قراءتنا وتحليلنا للشكل رقم 01 يتضح انخفاض نسبة الأمهات اللاتي تتبعن برنامج غذائي يومي وقدر عددهن ب 01 مبحوثة واحدة بنسبة 8,33%، بالمقارنة مع نسبة الأمهات اللاتي لا تعتمد على برنامج غذائي يومي وقدر عددهن ب 11 مبحوثة بنسبة 91,66%، وعلى حسب تصريح بعض المبحوثات حول ذلك " لا أتبع برنامج غذائي اسبوعي، نوجد الوجبة على حساب الحاضر والواجد في البيت"، كما عبرت مبحوثة أخرى "لا اتبع نظام غذائي معين لكن أحاول قدر الإمكان توفير وجبة غذائية متنوعة وكاملة وعلى أساس المكونات الموجودة في البيت وإذا جا في خاطري وولادي حاجة نديرها لهم حتى الخبز تطيبه في الدار " ومبحوثة أخرى تقول "لا اتبع نظام غذائي المهم يوم الجمعة ندير الطعام والأيام لو خرافي جات"، كما عبرت مبحوثة أخرى عكس المبحوثات الأخريات "اتبع برنامج غذائي أسبوعي وفي حالة الضيفان نغير الوجبة المسطرة في ذلك اليوم كاستثناء فقط"، ومن خلال تصريحات المبحوثات يمكن أن نقول نسبة كبيرة من الأسر الجزائرية بمجتمع ولاية معسكر



لا تتبعن برنامج غذائي ومخطط يومي مسطر، بل يتم اختيار الوجبة بطريقة عشوائية بالرغم من وجود نسبة كبيرة من الأمهات ذات المستوى التعليمي الجامعي و هو ما يبينه الشكل التالي :



المصدر: من إعداد الباحثين.

ومن خلال الشكل رقم 02 يتضح أنّ أعلى نسبة كانت للمستوى الجامعي 41,66% وعددتهنّ 05 مبحوثات، مقارنة مع نسبة من لديهن مستوى ثانوي 25% وعددتهن 03، بالمقابل نجد ذوات المستوى المتوسط بنسبة 16,66% وعددتهن مبحوثتين 02، أما عن اللاتي تمتلكن مستوى عال كالدكتوراه ومستوى تعليمي منخفض فقد تساوت النسبة بـ 8,33%، وعلى هذا الأساس يمكن القول أنّ الثقافة الغذائية في المجتمع الجزائري شبه منعدمة وغير مرتبطة بالمستوى التعليمي للوالدين، وإنما لها علاقة بالحاجيات المتوفرة في كل بيت وفق تصريحات المبحوثات، وهنا يتدخل عامل ثاني خفي قوي يسيطر على الحياة اليومية للأفراد، وعلى التفكير والممارسة وبالتالي على الوجبة الغذائية، ألاّ وهو العامل الاقتصادي، إذ إنّ وجبة غذائية يومية صحية وغنية تتطلب راتب شهري مرتفع يتماشى والأوضاع الراهنة، خاصة في ظل جائحة كورونا التي تمّ خلالها تسريح عدد معتبر من العمال و الارتفاع الملتهب للأسعار في المواد الغذائية الأساسية.

جدول رقم 03: يوضح نسبة المدخول الشهري الأسري .

المدخول الشهري يساوي او يفوق 50000,00 دج	المدخول الشهري يساوي او يفوق 40000,00 دج	المدخول الشهري يساوي او يفوق 30000,00 دج	
07	03	02	التكرار
%58,33	%25	%16,66	النسبة
12			المجموع

المصدر: من إعداد الباحثين

الجدول يوضح أنّ أعلى نسبة رجعت للمبحوثات اللاتي يساوي او يفوق دخلهن الشهري ب 50000,00 دج بنسبة %58,33 والتي عبرت بالكفاية في احتياجاتها الأساسية والغذائية وأكلها للحوم بأنواعها والسمك والفواكه أكثر من نوع واحد يوميا، في المقابل بلغت نسبة المبحوثات اللاتي يساوي او يفوق دخلهن الشهري الأسري 40000,00 دج بنسبة %25 مع المبحوثات اللاتي يساوي او يفوق دخلهن الشهري ب 30000,00 دج بنسبة %16,66 و التي عبرت عن عدم كفاية الدخل لتغطية الاحتياجات الغذائية مع ندرة اكل اللحوم الحمراء والسمك مرة في 15 يوم أو في الشهر نظرا لارتفاع سعره الذي أصبح باهض الثمن يتراوح ما بين 700 دج إلى 1000 دج للكيلوغرام، اما عن الفاكهة فيتم الاكتفاء بنوع واحد يوميا على حسب سعرها، مع اللجوء إلى اقتراض لتكملة الشهر.

نستنتج مما ذكر سابقا أن مهما ارتفع المستوى التعليمي للوالدين فهو لا يعكس بالضرورة امتلاك الثقافة الغذائية، أيضا توفر العامل الاقتصادي والجانب المالي لا يمكن أن يكون حكما قاطعا على توفير وجبة غذائية غنية صحية، لكن له علاقة في تأمين الحاجيات الأساسية، فمسألة الثقافة الغذائية غير مربوطة بالمستوى التعليمي ولا بالجانب المادي وإنما لها علاقة مباشرة بالوعي الغذائي (التربية الغذائية الصحيحة).

**2.3 تحليل الفرضية الثالثة:** الوجبات الغذائية التي تتكفل بها المدرسة تنوب عن القصور الغذائي الذي يسبب سوء التغذية للمتمدرس .

زاد الانشغال في الآونة الأخيرة بالمطاعم والوجبة الغذائية المدرسية، مما جعل السلطات الوطنية والمحلية تزيد من تعميمها، وظهر ذلك من خلال مجمل التعليمات الوزارية والمراسيم التنفيذية كالقانون التوجيهي للتربية، إذ أعتبر المطعم

"هيكلًا مرافقًا للمدرسة و نشاطًا اجتماعيًا مكملًا للفعل التربوي" (وزارة الداخلية والجماعات المحلية، 2017)، وأصبح من بين الخدمات الاجتماعية المدرسية الضرورية، وحتى نوع الوجبة التي أعيد النظر فيها مالمها من اثر وقيمة غذائية للجسم والتحصيل المعرفي، خاصة بعد تصريح السلطات العليا للبلاد المتضمن تعميم المطاعم المدرسية ابتداء من شهر فيفري 2020، وكذا خلال أشغال الحكومة والولاية الذي كان بعنوان إنعاش اقتصادي، توازن إقليمي، عدالة اجتماعية المنعقد يومي: 25 و 26 سبتمبر 2021، حيث تم التصريح أن 537 مدرسة بدون نقل مدرسي على المستوى الوطني و 817 مدرسة دون مطعم، مع تكثيف الجهود وتعميم المطعم المدرسي لتحسين الظروف للمتمدرس، كونه أصبح خدمة اجتماعية تحقق إشباعًا لحاجيات بعض التلاميذ و جزء لا يتجزأ من الفعل التربوي.

وبعد الاطلاع على الميزانية الأولية والإضافية بقسم التسيير بمديرية الإدارة والمالية ببلدية معسكر، وبالتحديد بفصل التغذية 601 الباب 913 المصالح الاجتماعية فقد قدر الاعتماد المالي لسنة 2021 ب 33500250,00 دج (الميزانية الأولية، 2021، صفحة 28)، مع زيادة 59468231,50 دج أي ما يقارب 92968481,5 دج (الميزانية الإضافية، 2021، صفحة 29)، ومساهمة صندوق الضمان والتضامن للجماعات المحلية بنفس الولاية و التي قدرت ب : 14357250,00 دج (مقررة رقم 289، 2021).

من خلال ما سبق يتبين أن السلطات المحلية خصصت غلاف مالي معتبر لتوفير التغذية بالمدراس الابتدائية، والتي يعود تسييرها المالي إلى البلدية (وزارة الداخلية و الجماعات المحلية، 2017)، إذ قدر عدد التلاميذ ولائيا بحوالي 101000 تلميذ، أما مقاطعة معسكر فقد عدد تلامذتها ب 32680 يستفيد من الإطعام 23734 تلميذ، نسبة التغطية الغذائية في المقاطعة بنسبة 72,62 %، وهذا دليل على إقبال التلاميذ وانتفاعهم منها، بلدية معسكر بها 7901 مستفيد من مجموع كلي للتلاميذ في المرحلة الابتدائية المقدر ب 16627 تلميذ (51,47%).

من خلال المعطيات المقدمة نستنتج أن دور المدرسة لم يبق محصورا على تلقين الدروس المعرفية، بل تعدى ذلك لتصبح آلية منظمة لتلبية ومساعدة الأطفال في جميع جوانب حياتهم، لأنّ عائدات هذا الجانب جد مرتفعة على حد تعبير المديرية التنفيذية لبرنامج الأغذية العالمي اريثارين كزن بقولها "برامج التغذية المدرسية يعد استثمارا تؤتي ثماره في المستقبل "

(تقرير الأمم المتحدة يبرز فوائد برامج الوجبات المدرسية في حالات الازمات، 2013)، وهي من "الطرق الفعالة لتحقيق النجاح على حسب تعبير الدكتورة ليزلي دريك" (تشاليس، 2016)، وعلى هذا الأساس فالتغذية المدرسية عامل مهم للتحصيل الدراسي ومساعد على النجاح، بعدما أصبحت المدرسة مطالبة بتوفير السعرات الحرارية للطفل المتمدرس بحوالي 1200 حريرة، تكملة للتغذية البيئية خاصة مع الأوضاع الراهنة التي يعيشها المجتمع الجزائري، وتنفيذا للخطط العالمية المبرمة مع المنظمات والهيئات العالمية التي "تعتبر الغذاء حق من حقوق الإنسان وطالبت الحكومات بضرورة ضمانه بحوالي 40% من الاحتياجات الغذائية اليومية للطفل" (مومي، 2021)

الجدول رقم 04: يوضح المخطط الغذائي النموذجي الخاص بالمطاعم المركزية والعادية.

الأحد	الاثنين	الثلاثاء	الأربعاء	الخميس	
خبز - مقرونة أو سباقيتي 25/20 غ أو شربة بأنواعها + جبن	خبز عدس 40 غ ياغورت	خبز زيتون او لوبيا خضراء 40 غ أو كسكس 50 غ + 10 غ حمص لحم دجاج أو داند 100/80 غ	خبز لوبيا 40 غ جبن	خبز طبق مرق الارز 30/25 غ + 10 غ حمص أو مرق بالخضر بيض	الطبق الرئيسي
فاكهة موسمية	بسكويت	-	فاكهة موسمية	تمر	

المصدر: (المفتشية الولائية للتغذية المدرسية، الموسم الدراسي 2020/2021)

من خلال الدراسة الميدانية تبدو الوجبة الغذائية متنوعة، يسهر على إعدادها 06 مستشارين موزعين على 06 مقاطعات، بالإضافة إلى 02 مفتشين للتغذية الولائية بالتنسيق مع طبيب وحدة الكشف والمتابعة، يراعى فيها إمكانية تحقيق وجبة متكاملة بالعناصر الأساسية للمجموعات الخمسة، وعلى حسب الاعتماد المالي الممنوح سنويا، "إذ ثبت أن إتباع نظام غذائي متوازن له أهمية خاصة جدا، فالغذاء الذي يحتوي على كمية جيدة من النشويات والفواكه والخضروات يوفر الطاقة التي يحتاجها الجسم في فترة الامتحانات وتناول كمية مناسبة من البروتينات مهم جدا لغذاء المخ" (أبو الفتوح، 2006، صفحة 98)، إذ صرح مستشار التغذية الولائية في هذا الصدد "للغذاء أهمية كبيرة بدلا من تناول التلميذ وجبة

باردة غير صحية خارج المدرسة يتناولها داخل المدرسة بوجبة ساخنة ولها تأثير إيجابي و علاقة قوية بين التحصيل والنجاح وتزيد من تركيزه، التلميذ لا يركز إذا كان جيعان و بردان في فصل الشتاء ، فالمطعم ضروري خاصة للطبقة الميسورة و الذين يقطنون بعيدا عن المدرسة "، كما عبر أيضا " المطعم مشروع جيد ".

الجدول رقم 05: يوضح المجموعات الخمسة للعناصر الغذائية ووظيفتها في جسم الطفل.

الرقم	رقم المجموعة	الإصبع الذي يمثلها	نوع المكون الغذائي	وظيفتها	إستفادة الجسم منها
01	الأولى	الإبهام	البروتينات الحيوانية: الكامل 11 حمض اميني الحليب و مشتقا ته، الجين، الياغورت، الرائب، اللبن، اللحوم البيضاء، اللحوم الحمراء، الأسماك، البيض، 10 غ من البروتينات الحيوانية لكل سنة واحدة من عمر الطفل	النمو والبناء والصيانة مع تكوين الهيكل العضوي، تجديد الخلايا و الاتسجة	الفوسفور، الحديد، اليود، النحاس، فيتامين : A B D E K PP B1, B2, B 12, PP
02	الثانية	السيابة	البروتينات النباتية: الغير كامل 09 أحماض امنية الباقوليات: الحمص ، اللوبيا، العدس ، الارز، الفول، الفصولياء، اللوز، الفستق، المعكرونة، الشوفان، الذرة، البازيلاء،..... 2,5 غ من البروتينات يوميا ل 01 كلغ من وزن الطفل.	تكوين الكيرتين مثل الشعر و الاظافر، المناعة ، نمو العظام الكولاجين هضم الطعام	غنية بالماء، السكريات، البروتين، الدهون، الحديد، الفوسفور، فيتامينB
03	الثالثة	الأوسط	الغلوسيدات : الحبوب ومشتقاته ، البطاطا ، الفواكه ، الفواكه المجففة ،الحلويات. 300/100 غ خبز وعجائن من 06 إلى 12 سنة لكل وجبة غذائية	إعطاء الحرارة و الطاقة للجسم، تتحول إلى سكر غلوكوز بعد هضمها	
04	الرابعة	البنصر	المواد الدسمة: حيوانية أو نباتية (الدهنيات): الدهون ، الزيوت، 15 إلى 25 غ من الزبدة يوميا.	امداده بالحرارة و النشاط	1غ= 09 حريرات
05	الخامسة	الخنصر	الفيتامينات و الاملاح المعدنية: الخضر والفواكه الخضر الملونة: جزر، مشمش، الخضر الملونة، 200 غ/ 250 غ خضر يوميا 100 غ/ 150 غ فواكه يوميا	صيانة الجسم ونموه ووقايته من الامراض و بناء العظام و الاسنان ، ضروري للأعصاب و	فيتامين A –C ، البوتاسيوم، الكالسيوم ، الفوسفور المغنزيوم، الكالسيوم،

غنية بالسيليلوز، الماء 80 إلى 95	العضلات				
تسهيل الهضم سد العطش، النكهة، الاستفادة من بعض الفيتامينات الموجودة في التوابل	الماء مصدر للحياة، التوابل إعطاء نكهة للطبق لكن بمقادير مضبوطة	مجموعة لها ارتباط وثيق مع المجموعات الخمس الماء والتوابل من بينها: القرفة، كمون، فلفل أسود، ملح، زعفران بمقدار 0,5 غ و طماطم معلبة 05 غ، خل 0,25 سل ، جامبو 04 أكياس	كف اليد	السادسة	06

المصدر: من إعداد الباحثين بالإعتماد على الدراسة الميدانية بالمفتشية الولائية للتغذية المدرسية -معسكر-

تعتبر هذه الوجبة المدرسية محاولة للوقاية من الأمراض المنتشرة بين الأطفال نتيجة التغذية الغير سليمة أو لسوء التغذية ونذكر منها: مرض فقر الدم - النحافة - البدانة - نقص الطاقة والبروتين- نقص فيتامين A - مرض هشاشة العظام - نقص الكالسيوم والفوسفور- تسوس الأسنان... ، هذه الأمراض التي تؤدي إلى: الخمول ،عدم القدرة على التركيز، شحوب اللون، نقص الشهية واضطرابات الغدد والهرمونات، تعب شديد ، بطئ في النمو، قصور في النمو البدني والعقلي ،فقدان البصر، الرغبة في النوم باستمرار ، تقوس الساقين والتشوهات، الشعور بالألم ،قلة الفيتامينات الضرورية في تركيبه الأسنان مثل: طبقة المينا، طبقة العاج ،عملية تكلس ومادة الفلور.

لهذا التغذية السليمة هي ذات قيمة و تحديدها بدقة يعني الاستفادة والانتفاع منها(الانتقاء الجيد)، وعامل واق من إصابة الأطفال بالأمراض المختلفة أو لسوء التغذية الذي يمكن أن يعرقل مشوارهم الدراسي ،كما يساهم المطعم المدرسي في عملية التنشئة الاجتماعية ،من خلال جو مدرسي شبيها بالبيت يسوده

التفاعل الاجتماعي ، حيث بلغت نسبة المستجوبات العاملات 66,66% وقدر عددهن ب 08 أمهات عاملات أكبر نسبة، والباقي 04 مستجوبات غير عاملات ونسبتها 33,33%، كما يكسب المتعلم ثقافة غذائية وفق برنامج غذائي يمكن نقله إلى البيت في حالة عدم امتلاك الأم لهذا النوع من الثقافات أو لضيق وقتها (الالتزامات المهنية).، حيث صرحت إحدى المبحوثات " أنّ المطعم المدرسي كهيكل يلزمه التغيير، أمّا الوجبة المقدمة مليحة خاصة أنّ عملي بعيد عن المنزل ، والمدرسة توفر الوجبة الساخنة ، عندي ضغوطات في العمل" و مبحوثة أخرى تقول في نفس المنوال " المطعم المدرسي يستفاد منه ولاد المساكين - حاجة إيجابية - وخاصة لي بعاد على ديارهم ، المسافة بين مقرسكني ومقر العمل ب 20 كلم ، يفطروولادي تماك ويشبعو".

هذه الدراسة الميدانية السوسيوولوجية جاءت لتوضح سعي المؤسستين الإجتماعتين (الأسرة و المدرسة) لتوفير وجبة كاملة صحية في خضم الظروف الراهنة، فإذا كانت التغذية في البيت غير مدروسة و لا تسير وفق برنامج غذائي يومي محدد نظرا لعدة ظروف ، كون الغذاء و التغذية أصبح علما قائما في حد ذاته، حتى إستبدال مكون او عنصر غذائي بأخر يتطلب دراية واسعة في هذا المجال كمثال عن ذلك: "100 غ من اللحم او الدجاج أو السمك يمكن استبداله ب 02 و نصف بيضة أو نصف لتر حليب" (شوقرون و واخرون، 2021/2020، صفحة 25) ، فما غاب عن ثقافة الأسرة نابت عنه فطنة المدرسة بوجبة غذائية مدروسة يقوم عليها أخصائيين، يعملون على تطبيق الاستبدال و إحراز التكامل من أجل التثمين و الاثراء، ويحرصون على ان تكون متنوعة وكاملة للحفاظ على صحة و سلامة المتدرسين ، و يهدف ذلك أيضا إلى تحسين تحصيلهم المعرفي والرفع من كفاءتهم العلمية، وهذا ما تحدث عنه ابراهام ماسلو في هرم الحاجات بإعتبار الغذاء قاعدة

الحاجات البيولوجية التي يحتاج إليها العنصر البشري والتي يصل بها إلى تحقيق الذات بالمعرفة و الابتكار (الكفاءة و المهارة).

كما ظهر ذلك التكامل الوظيفي بين المؤسستين لتوظف النظرية البنائية الوظيفية، كون المجتمع هو البناء الكلي وجد المدرسة من أجل تلبية أغراضه ، فاصبحت المدرسة تقوم بأدوار أخرى كنسق تربوي جزئي يكمل الكل ، وكيف يخدم النظام التربوي الانظمة الأخرى كالاقتصادي،الاقتصادي،السياسي،الثقافي...فما دامت المؤسستين الإجتماعيتين تقوم بوظائفها فهي بالتالي تخدم المجتمع، وهذا ما أشار إليه تالكوت بارسونز أن هنالك علاقة تبادلية بين الأنظمة تؤثر وتتأثر ببعضها البعض، وتساعد على إستمرار البناء الإجتماعي و إستقراره مع تحقيق أهدافه، إذن التغذية بين الأسرة و المدرسة داخل المجتمع الواحد ليست حاجة بيولوجية فقط(سد الجوع) وإنما مؤشر إجتماعي، إقتصادي،سياسي،ثقافي،صحي له ماله من رؤى تعكس ايدولوجية فاعليه و ثقافة أفراده وخلفيات المجتمع ككل، فالتغذية عملية صعبة الفهم و معقدة الدلالات ومختلفة الرؤى .

#### 4. خاتمة:

إن الغرض الأساسي من الغذاء المتوازن هو المحافظة على صحة وسلامة المتمدرس من خلال تزويده بالطاقة وتجديدها للقيام بالنشاطات الدراسية، وهذا يتوقف بالدرجة الأولى على مدى إمتلاك الوالدين للثقافة الغذائية الصحيحة، إذ بينت نتائج الدراسة أن المستوى التعليمي للوالدين لا يمكن ان يكون سبب رئيسي في توفير وجبة غذائية صحية للأبناء وهنا يمكن أن نقول الفرضية الأولى لم تتحقق، أما المستوى المادي فله علاقة مباشرة وأثر في توفير الاحتياجات الغذائية لكن لا يعكس بالضرورة توفير وجبة غذائية كاملة متوازنة ، ولتوفير ذلك يتطلب وعيا ثقافيا غذائيا صحيحا من قبل الوالدين وبالتالي الفرضية الثانية تحققت جزئيا، في الأخير يمكن تأكيد الفرضية الثالثة التي أصبحت المدرسة تنوب عن القصور الغذائي و العجز الأسري و تسعى إلى



تكملة مهام الأسرة غذائيا بتقديم وجبة غذائية متنوعة ومدروسة للمتمدرسين التي تزيد من تجديد الطاقة والتركيز و تعمل على وقايتهم من الأمراض التي تصيبهم في المرحلة الابتدائية نتيجة سوء التغذية.

#### اقتراحات وتوجهات:

من خلال هذه الدراسة الميدانية يمكننا إعطاء بعض الاقتراحات وهي كالأتي :

- تنظيم حملات توعية للأولياء بالمدارس الابتدائية بأهمية الوجبة الصباحية واليومية التي تمنح الطفل الطاقة و تزيد من التركيز .
- تنظيم حملات تحسيسية للمتمدرسين حول مخاطر الغذاء الغير صحي و الأمراض الناجمة عن سوء التغذية .
- توعية الطفل على الأكل الصحي كأكل الخضر و الفواكه التي تقيه من أمراض مختلفة ، مع شرب الماء بانتظام .
- تعميم الوجبة الغذائية الكاملة (الساخنة) بكل المدارس الابتدائية .
- التشاور بين مفتشي و مستشاري التغذية المدرسية و جمعيات أولياء التلاميذ من أجل ضبط نظام غذائي ثري (دليل غذائي) يساعد المتعلم على منح النشاط و النمو السليم .
- التنسيق المحكم بين مصالح الجماعات المحلية و مديرية التربية الوطنية من أجل نجاح عملية الإطعام المدرسية أو إخضاعها إلى هيئة خارج القطاعين مثل الديوان الوطني للخدمات المدرسية مثل ما هو معمول به في ديوان الجامعات الجزائرية
- تفعيل القرارات المتعلقة بمجلس التنسيق و التشاور .
- تكثيف لجان المراقبة الصحية والدوريات الفجائية على المدارس الابتدائية (من حيث النظافة ، تنفيذ الوجبة اليومية المبرمجة في المخطط الغذائي الأسبوعي، الجودة).

ومن خلال ما تطرقنا إليه يدفعنا الفضول العلمي لمعرفة واقع التغذية و المطاعم المدرسية في الميدان ، و عليه ما هو واقع التغذية و المطاعم المدرسية في المنظومة التربوية الجزائرية.

#### 5. قائمة المراجع:

- العطاف مومني. (01 نوفمبر، 2021). *التغذية و الصحة في الوسط المدرسي*. تاريخ الاسترداد 02 فيفري، 2022، من رسالة تحاية التكوين الاولي للمقتصدين ، التغذية ودورها في الوسط المدرسي دورة جوان 1999: <https://timimoun.4evryone2you.com/forum/t1060>
- العمر معن خليل. (2000). *معجم علم الاجتماع المعاصر (الإصدار 1)*. عمان، الاردن: دار الشروق للنشر و التوزيع.
- الميزانية الاضافية. (2021). معسكر، الجزائر.
- الميزانية الاولية. (2021). معسكر، الجزائر.
- تقرير الامم المتحدة يبرز فوائد برامج الوجبات المدرسية في حالات الازمات. (17 ماي، 2013). تاريخ الاسترداد 2021 أبريل، 30، من <https://new.un.org/ar/story/2013/05/178942>
- حسن غريب، و أحمد نوي. (29 فيفري، 2020). دور المطعم المدرسي في الحد من ظاهرتي التغيب و التسرب المدرسي - دراسة اسنكشافية ببعض مدارس بلدية عين الريش. 13 (1)، الصفحات 78-96.
- حسين عبد الحميد رشوان. (2006). *الثقافة - دراسة علم الاجتماع الثقافي - مؤسسة شباب الجامعة*.
- حيدر عبد الله الدومي. (2015). *المجلة العربية للغذاء و التغذية*.
- فاطمة الزهراء مرياح. (2012/2011). *سوء التغذية لدى المنمدرس وعلاقته بالتحصيل الدراسي - دراسة ميدانية على عينة من نلاميذ السنة الاولى و الثانية منوسط بولاية وهران جامعة وهران 2 علم النفس وعلوم التربية الجزائر شهادة الماجستير قسم علم النفس و علوم التربية*
- سورة الاعراف الاية رقم 31. القرآن الكريم.
- سيد أحمد شوقرون، و واخرون. (2021/2020). *التغذية المدرسية و اثرها على التحصيل الدراسي لدى المتعلمين - دراسة ميدانية بولاية معسكر*. مذكرة تخرج لتليل شهادة التكوين المتخصص

للإلتحاق برتبة مدير المدرسة الابتدائية . معسكر، المعهد الوطني لتكوين موظفو قطاع التربية الوطنية، الجزائر: مديرية التربية.

- شريفة أبو الفتوح. (2006). التغذية الصحية والجسم السليم (الإصدار 1). القاهرة: دار الأطلس.
- عبد الرحمن مصيقر. (2015). مجلة الغذاء والتغذية. (31)، الصفحات 87-107.
- عبد الكريم فهيم بن خيال، و اخرون. (2006). تغذية طلاب المدارس مدارس المرحلة الابتدائية بمدينة البيضاء. (30).
- صليحة القص. (2016/2015).فعالية برنامج تربية صحية في تغيير سلوكيات الحظر و تنمية الوعي الصحي لدى المراهقين دراسة ميدانية على عينة من تلاميذ المرحلة المتوسطة بمدينة عين توتة -باتنة - باتنة كلية العلوم الانسانية و الاجتماعية بسكرة جامعة مُجّد خيضر -بسكرة -
- مكدوفو تشاليس. (09 حزيران، 2016). إطلاق دراسة تحليلية رائدة لفتح افاق جديدة بشأن التغذية المدرسية لمساعدة البلدان على تنفيذ البرامج المستدامة. تاريخ الاسترداد 30 أفريل، 2021، من <https://new.un.org/ar/story/2016/06/253062>
- مُجّد عاطف غيث. (2006). قاموس علم الاجتماع. الاسكندرية ، مصر: دار المعرفة الجامعية .
- مقررة رقم 289. (23 جوان، 2021). عملية تحسين الوجبات الغذائية. معسكر، مصالح الولاية ، الجزائر.
- نبيل حليلو. (10/09 أفريل 2013). الاسرة وعوامل نجاحها. ملتقى وطني الاتصال وجوده الحياة في الاسرة (الصفحات 1-13). ورقلة : جامعة قاصدي مرياح - كلية العلوم الانسانية و الاجتماعية .
- وزارة الداخلية و الجماعات المحلية. (23 جويلية، 2017). تعليمية وزارية رقم 209. الجزائر .
- وزارة الداخلية و الجماعات المحلية.تعليمية وزارية رقم 574الجزائر.الجزائر